

Тәрбиелер - білім беру процесінің инновациялығы

Мұсағалиев

Бала тәрбиелерінің №41 «Мақжар» Бөкейхатты ауданының Ақтобе қаласы
 Абайдардың жасы: 1-4 жас
 Демеушіліктері жүзеге келісі: 1-5 желтоқсан 2025 жыл 1-ші айы

<p>Дүйсенбі 8.10-8.30 1.12.2025ж</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сейсенбі 8.10-8.30 2.12.2025ж</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сарсенбі 8.10-8.30 3.12.2025ж</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Бәтсенбі 8.10-8.30 4.12.2025ж</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Жұма 8.10-8.30 5.12.2025ж</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Кожек» ортаны тобы 9.00-9.15</p> <p>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</p> <p>Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жууға, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нағыз сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майнақты қолдану, тамақтан соң ересектерге іттипат білдіру.</p> <p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырғын күм салынған кашықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Үзінділігі 2,5-2 м, ені 25 см (2</p>	<p>1. №8 «Кожек» ортаны тобы 9.00-9.15</p> <p>Тене-теулік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгеріс отырып, белгі бойынша тоқтап, іркітпен аяқтарының бойымен жүру.</p> <p>Қимылды ойындар. Балаардың ойында қызығушылығын дамытуға мақсат ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.</p> <p>ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе басынан жоғары, арттына апарып шапалақтау; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шапалақтау, берінен бағытта, артүрлі қарқынмен, заттардың арақашығын шенбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортаны тобы 9.00-9.15</p> <p>Тене-теулік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгеріс отырып, белгі бойынша тоқтап, іркітпен аяқтарының бойымен жүру.</p> <p>Қимылды ойындар. Балаардың ойында қызығушылығын дамытуға мақсат ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.</p> <p>ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе</p>	<p>1. №3 «Үлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Садауатты өмір салтын қалыптастыру.</p> <p>Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-арекетінің ағата әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тымудың ашың-ауға болғанын түсіну. Садауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p>ЖДЖ: Қолдың</p>	<p>1. №8 «Кожек» ортаны тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балапан» ортаны тобы 9.55-10.10</p> <p>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</p> <p>Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жууға, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нағыз сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу).</p>

<p>Қызығушылықпен ойнауға үйрету. Жай қимылды ойын: «Айналардың құйрығы» мақсаты: Балағаларды Қорытынды: Балағаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуді. Осы шараларды жүргізудің және жеке гигиена заттарын пайдаланудың қажеттілігін түсіну. ЖДЖ: Арқаяз арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>3. №4 «Гүлдіз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Бірінкестік жаттығулар мақсаты: Тыныс, оқуын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйеметтеу арқылы орындауға үйрету. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Ұлттық ойын: «Атқума» Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Мақсаты: Балағаларды рөлді ойнауға үйрету. Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» мақсаты: Балағаларды ыдыстарды жууға үйрету Қорытынды: «Боке» тыныс алу жаттығуы</p>	
<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуді. Осы шараларды жүргізудің және жеке гигиена заттарын пайдаланудың қажеттілігін түсіну. ЖДЖ: Арқаяз арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы ересек тобы 10.10-10.35 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуді. Осы шараларды жүргізудің</p>	<p>Оқшамен таяқтың, арқанның үстінде бір қырымен жүру. Ұлттық ойын: «Ақсерек көксерек» Қимылды ойын: «Соқыр теке» мақсаты Балағаларды жапан аяқ жүруге үйрету. Жай қимылды ойын: «Аншы» мақсаты: Балағаларды жалпақ табандылыққа үйрету. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	
<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мақсаты: Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртінуді. Осы шараларды жүргізудің</p>	<p>4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15 Балаңы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрежікесіндегі тамақты ішу), ересектің</p>	<p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15 Балаңы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрежікесіндегі тамақты ішу), ересектің</p>	

<p>жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бейбеймен жүрү, жіптен немесе аялдан аттап өтү.</p> <p>Аял азамат</p> <p>Біртүтас тәрбие</p> <p>Үлттүк ойын: «Асау мөстөк»</p> <p>Кимылды ойын: «Шардармен алмасу»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Үш орындык»</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадактау. Тынгы алу жаттыгуун жасау.</p>	<p>Аял азамат</p> <p>Біртүтас тәрбие</p> <p>Үлттүк ойын: «Бөлбөү сок»</p> <p>Кимылды ойын: «Күстөр мен мысык»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Сокыртек»</p> <p>Корытынды: Тынгы алу жаттыгуун орындау.</p> <p>2. №9 «Балапан» ортангы тобы</p> <p>9.25-9.40</p> <p>Баланы күн тәртібіне біртүтөп үйрөтү.</p> <p>Максаты: Тамактану алдында және лас болган кезде колун жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда кою тамакты каскыпен өз бетинше жеуге, ал 1 жас 6 айда - сорпа тамакты ишуге үйрөтү (нанды сорпамен бірге ишү, тек өз тарелкесиндеги тамакты ишү), ересектин көмөгү мен майлыкты колдану, тамактан соң ересектерге илтипат билдүрү.</p> <p>ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгулар: отырып күм салынган кашшыктарды аяктын бакайдары мен кысып ұстау.</p> <p>Негизги кимыл-козгалык</p> <p>Жаттыгулары:</p> <p>1. Ұзындыгы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бой мен жүрү, жіптен немесе таыктан аттап өтү.</p> <p>Үлттүк ойын: «Асау мөстөк»</p> <p>Кимылды ойын: «Шардармен алмасу»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Үш орындык»</p> <p>Корытынды: Балаларды жалпы мадактау. Тынгы алу жаттыгуун жасау.</p>	<p>басынан жоғары, артына апарып шапалактау;</p> <p>Негизги кимыл-козгалык</p> <p>Жаттыгулары:</p> <p>1. Біркалыпты жүгірү, шашырап, берилген багытта, артууду каркын мен, заттардын арасы мен шенбер бойынша, аяктын ұшы мен жүгірү.</p> <p>Үлттүк ойын: «Бөлбөү сок»</p> <p>Кимылды ойын: «Күстөр мен мысык»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Сокыртек»</p> <p>Корытынды: Тынгы алу жаттыгуун орындау.</p>	<p>күшүн жетилдүрүтө алдындагы жаттыгулар. 3-5 метр кашшыктыкта екі колдн жерге койып, жүрү (бір бала екінші баланы аягынан ұстайды).</p> <p>Негизги кимыл-козгалык</p> <p>Жаттыгулары:</p> <p>1. Біркалыпты жүгірү, шашырап, берилген багытта, артууду каркын мен, заттардын арасы мен шенбер бойынша, аяктын ұшы мен жүгірү.</p> <p>Үлттүк ойын: «Боран»</p> <p>Кимылды ойын: «Аккоюн»</p> <p>Жай жимылды ойын: «Орнылды тап»</p> <p>Корытынды: Тынгы алу жаттыгуун орындау.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Лактыру, домалату, катып алу максаты: допты кедергилер аркылы бастан асыра екі кол мен және бір кол мен лактыру (2 метр кашшыктыктан); допты жоғары пактыру және екі кол мен катып алу үйрөтү. (катарынан 3-4 рет).</p> <p>Санка түрү, сап түзөү, санка кайта түрү. Түрү максаты: онга, солга бурьлуу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жакын түрүгө дағдыландыру.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар.</p> <p>екі аякты кезек бүтү және жазу, көтерү және түсірү.</p> <p>Үлттүк ойын: «Көтермек»</p> <p>Кимылды ойын: «Ак сандык көк сандык» Балаларды</p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Кеудеге арналган жаттыгулар. Түрған калыпта екі аяк бірге (алшақ), алга енкейип, колдын саусактарын аяктын ұшына жеткізіп, заттарды кою және жоғары көтерү ге дағдыландыру.</p> <p>ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгулар.</p>	<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Кеудеге арналган жаттыгулар. Түрған калыпта екі аяк бірге (алшақ), алга енкейип, колдын саусактарын аяктын ұшына жеткізіп, заттарды кою және жоғары көтерү ге дағдыландыру.</p> <p>ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгулар.</p>	<p>ересектин көмөгү мен майлыкты колдану; тамактан соң ересектерге илтипат билдүрү.</p> <p>Кеудеге арналган жаттыгулар:</p> <p>солга, онга бурьлуу (отырган калыпта);</p> <p>Негизги кимыл-козгалык</p> <p>Жаттыгулары:</p> <p>1. Атакан мен тізеге тіреле, тура багытта енобектеу.</p> <p>Үлттүк ойын: «Тауык күрес»</p> <p>Кимылды ойын: «Бакшала»</p> <p>Кимылды ойын: «Акку каздар»</p> <p>Корытынды: «Бокс» тынгы алу жаттыгуы</p>

<p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе ідіктен алған өту. Алғашқы азамат</p> <p>Бірітұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмақ» Қимылды ойын: «Күн мен түн» Жәй жимылды ойын: «Жаяу көкшар»</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>және жеке гигиена заттарын пайдаланудың қажеттілігін түсіну. ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр).</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе тақтан алған өту. Ұлттық ойын: «Бөрі жасырмақ» Қимылды ойын: «Күн мен түн» Жәй жимылды ойын: «Жаяу көкшар» Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ерсекестерге ілтипат бұйыру. ЖДЖ: Аңса арналған жаттығулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Алақан мен тізгеті тіреле, тура барытта еңбектеу. Ұлттық ойын: «Тасымалдау» Қимылды ойын: «Төбеле доп қуу» Жәй жимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы.</p>		
--	---	---	--	--

Директор
 Директор: Бөрү Уйымы: №41 «Нарзек» Бөбөкжай багбагынасы Актобе каласы

Тәрбиелеу - билим беру процессинин психологиясы

Балалардын жасы: 3-4-5жас
 Дене шыныктыгы жүрөкшеси: Игилікова Л.Улбану Балтабеккызы

<p>Ергенділік жаттыгулар «Күй күмбірі» 8.10-8.30</p>	<p>Ергенділік жаттыгулар «Күй күмбірі» 8.10-8.30</p>	<p>Ергенділік жаттыгулар «Күй күмбірі» 8.10-8.30</p>	<p>Ергенділік жаттыгулар «Күй күмбірі» 8.10-8.30</p>	<p>Жума 12.12.2025ж 8.10-8.30 Ергенділік жаттыгулар «Күй күмбірі»</p>
<p>1. №8 «Көжөк» ортангы тобы 9.00-9.15 Негізгі кимылдар Тене-гендік сактау жаттыгулары. Максаты: Шагын топшен және бүкіл топшен каркылды өзгерте отырып, белгі бойынша токтап, иректелген лентанын бойымен жүрү. Кимылды ойындар. Балалардын ойынга кызыгуушылыгын дамытууга ыкпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүрү, жүгүрү, лактыру, домалату) жетилдирү. ЖДЖ: Аякка арналган жаттыгулар: жаттыгулар: гаяктын, билікшенин (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен косалкы кадаммен жүрү. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары:</p>	<p>1. №8 «Көжөк» ортангы тобы 9.00-9.15 Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрөтү. Максаты: Балаларды шыныктыруды ауда, су шараларымен, серуен кезинде ультракүлгүн сәулелердин әсерлерімен жүзөгө асыру, 2-3 минут бойы жылы күмнын үстинде жалаң аяк жүргүзү, ауда ванналарын күніне бірнеше рет киину-шешину кезинде колдану (ауда ванналарынын узактыгын 2-3 минуттан, 6-10 минутка дейин узарту). ЖДЖ: Кол және нык белдеуіне арналган жаттыгулар: колды алга, жан-жакка созу, алакандарын жоғары карату, колды көтеру, түсірү. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары:</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортангы тобы 9.00-9.15 Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрөтү. Максаты: Балаларды шыныктыруды ауда, су шараларымен, серуен кезинде ультракүлгүн сәулелердин әсерлерімен жүзөгө асыру, 2-3 минут бойы жылы күмнын үстинде жалаң аяк жүргүзү, ауда ванналарын күніне бірнеше рет киину-шешину кезинде колдану (ауда ванналарынын узактыгын 2-3 минуттан, 6-10 минутка дейин узарту). ЖДЖ: Кол және нык белдеуіне арналган жаттыгулар: колды алга, жан-жакка созу, алакандарын жоғары карату, колды көтеру, түсірү. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары:</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Спорттык жаттыгулар. Максаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мүзды жолдармен өзбетінше сырғанау. ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар. Алға еңкейип, алаканын еденге тигізу. Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары: 1. Кос аяктап алға карай секирү. 2.3-4 таякшалардан алтап</p>	<p>1. №8 «Көжөк» ортангы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортангы тобы 9.55-10.10 Негізгі кимылдар Тене-гендік сактау жаттыгулары. Максаты: Шагын топшен және бүкіл топшен каркылды өзгерте отырып, белгі бойынша токтап, иректелген лентанын бойымен жүрү. Кимылды ойындар. Балалардын ойынга кызыгуушылыгын дамытууга ыкпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүрү, жүгүрү, лактыру, домалату) жетилдирү.</p>

<p>1 Бірінше дота астынан 2. Дотты какпа арқалы домалағуды қайталау. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Бақшада» Қаздар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>оту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар: жөне аяқты көтеру аяқтарды түсіру, қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Аю мен қояндар» ойынның ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: Тізені бұту, алға созу, қайтадан бұту және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкпеші айналығуды үйрету Спорттық жаттығулар мақсаты: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанау, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде режеу. Мүз жолмен өз бетінше сырғанауға үйрету.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>оту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар: жөне аяқты көтеру аяқтарды түсіру, қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірінше дота астынан еңбектеу. 2. Дотты какпа арқалы домалағуды қайталау. Ұлттық ойын: «Тауық күрес»</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: Тізені бұту, алға созу, қайтадан бұту және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкпеші айналығуды үйрету Спорттық жаттығулар мақсаты: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанау, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде режеу. Мүз жолмен өз бетінше сырғанауға үйрету.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>оту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар: жөне аяқты көтеру аяқтарды түсіру, қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірінше дота астынан еңбектеу. 2. Дотты какпа арқалы домалағуды қайталау. Ұлттық ойын: «Тауық күрес»</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: Тізені бұту, алға созу, қайтадан бұту және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкпеші айналығуды үйрету Спорттық жаттығулар мақсаты: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанау, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде режеу. Мүз жолмен өз бетінше сырғанауға үйрету.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>оту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшада» қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар: жөне аяқты көтеру аяқтарды түсіру, қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірінше дота астынан еңбектеу. 2. Дотты какпа арқалы домалағуды қайталау. Ұлттық ойын: «Тауық күрес»</p>

<p>Тастамак»</p> <p>Кимылды ойын: «Ак сандык көк сандык» Балаларды кызыгуушылыкпен ойнауга үйрөтү.</p> <p>Жай кимылды ойын: «Айдабардын куйыртгы» максаты: Балаларды үйымшылдыкка тәрбиелеу</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00</p> <p>Салдауатты өмір салтын калыптастыру.</p> <p>Максаты: «Денсаулык-зор байлык» сөзінің маңың түсіну, өзінін жасаган іс-аркетінің аызга эсерін, тістерді тазалаудын пайдасын, суык тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну.</p> <p>Салдауатты өмір салты туралы ұтымдарды кеңейту.</p> <p>Негізгі кимыл-козғалыс жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнеше дота астынан энебектеу. 2. Допты какпа аркылы помалатуды кайталау. <p>ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар. Гимнастикалык кабыргага карап тұрып, белінің тұсындагы тактайшаны ұстап, алга енкею.</p> <p>Адал азамат Біртұас тәрбие</p>	<p>Кимылды ойын: «Бақшала»</p> <p>Кимылды ойын: № «Акку кездер»</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғагымен демалу.</p> <p>3. №4 «Жүлдік» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Кимылды ойындар максаты:</p> <p>Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардын белсенділігін дамыту.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар</p> <p>Етпетінен жаткан калыпта ныктарын, басын, колдарын алга созып көтеру.</p> <p>Адал азамат Біртұас тәрбие</p> <p>Ұлттык ойын: «Атқума»</p> <p>Кимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» максаты: Балаларды рөліді ойнауга үйрөту.</p> <p>Жай кимылды ойын: «Қарлығаш»</p> <p>Максаты: Балаларды ұйымшылдыкка тәрбиелеу</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғагымен демалу.</p> <p>4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35</p> <p>«Денсаулык-зор байлык» сөзінің маңың түсіну, өзінін жасаган іс-аркетінің аызга эсерін, тістерді</p>	<p>кезде өзіне қарпайым көмек көрсөтуге, науқастанган кезде ересектерге жетіңуге баулу</p> <p>ЖДЖ: Аяққа арналган жаттыгулар.</p> <p>Түреелің тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру.</p> <p>Ұлттык ойын: «Аксерек көксерек»</p> <p>Ұлттык ойын: «Аксерек көксерек»</p> <p>Кимылды ойын: «Соқыр текс» максаты Балаларды жалаң аяқ жүруге үйрөту.</p> <p>Жай кимылды ойын: «Аншы» максаты: Балаларды жалпак табандылыкка үйрөту.</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» бауу әуен ырғагымен демалу.</p> <p>3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40</p> <p>4. №2 «Айгөлек» даярлык тобы 10.50-11.15</p> <p>Тепе-теңдік сақтау жаттыгулары.</p> <p>Максаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген дентаның бойымен жүру.</p> <p>Кимылды ойындар.</p>	
--	--	---	--

<p>Ұлттық ойын: «Асау мәстек» Қимылды ойын: «Шарлармен алмасу» Жай қимылды ойын: «Үш орындық» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>тазаландырып пайдаланып, суық тінімдердің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Ж.ДЖ: Көзге арналған жаттығулар. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Дөңгі қақпа арқылы домалатулы қайталау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Асау мәстек» Қимылды ойын: «Шарлармен алмасу» Жай қимылды ойын: «Үш орындық» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>Бағаларды ойыпта қозғалтудың дамытуға ыңғайлы ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Ж.ДЖ: Көзге арналған жаттығулар. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің денгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тік көтеру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Дөңгі қақпа арқылы домалатулы қайталау. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Белбеу соқ» Қимылды ойын: «Күстар мен мысық» Жай қимылды ойын: «Соқыргеке» Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>		
---	--	---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің психологиясы

Миссия
 Білім беру ұйымы: №41 «Пазаркөк» Бобекжай Балабақшасы Ақтобе қаласы
 Балалардың жасы: 3-4 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: 15-19 желтоқсан 2025 жыл III-Апта
 Денсаулықтыру жетекшісі: Илдікова Үлбану Балтабекқызы

<p align="center">Дүйсенбі 15.12.2025ж 8.10-8.30 Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сәрсенбі 17.12.2025ж 8.10-8.30 Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Бейсенбі 18.12.2025ж 8.10-8.30 Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Жұма 19.12.2025ж 8.10-8.30 Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Негізгі қимылдар Шенбермен жүру. Мақсаты: Шенбер бойымен қол ұстасып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүтіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (қилемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бүлшыкелерін шығайту.</p> <p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Көжектің үйі» ойыны.</p>	<p>1. №9 «Баланаң» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Негізгі қимылдар Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипа білдіру.</p> <p>ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше дота астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды</p>	<p>1. №3 «Үлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Сағауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Сағауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p>ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Баланаң» ортаңғы тобы 9.55-10.10 Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң</p>

<p>Корытылды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттыгуын жасау.</p> <p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55</p> <p>Салдауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты: Салдауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Дене белсенділігі (тәнертенгі жаттыгу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде эресектерге жүтінуге баулу.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттыгулар.</p> <p>Етпетінен жатқан қалыпта нықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру.</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Аксерек-көксерек»</p> <p>Қимылды ойын: «Соқыр теке»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жалған аяқ жүруге үйрету.</p> <p>Жай қимылды ойын: «Аңшы»</p> <p>мақсаты: Балаларды жалпақ табандылыққа үйрету.</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00</p> <p>Тене-тендік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл</p>				<p>қайталау.</p> <p>Ойын: «Аландаты аю» ойынын ойнау.</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Тамақтану әлебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық шаңышқы) майлықты дұрыс қолдану, тамақтанғып болғаннан кейін ауызды шаюға үйрету.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Бейнелеу әрекетінен сон құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүргуге үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар</p> <p>Екі қолды белге қойып, онға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты).</p> <p>Адал азамат Біртұтас тәрбие</p> <p>Ұлттық ойын: «Атқума»</p> <p>Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды рөлді ойнауға үйрету.</p> <p>Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» мақсаты: Балаларды шапдыкқа үйрету</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
				<p>Ұлттық ойын: «Таулық күрес»</p> <p>Қимылды ойын: «Бакшада»</p> <p>Қимылды ойын: «Ақсу қаздар»</p> <p>Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттыгуын жасау.</p>
				<p>ересектерге ітпінді білдіру:</p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты бүту және созу (бірге және кезекпен).</p> <p>шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалағуды қайталау.</p> <p>Ойын: «Аландаты аю» ойынын ойнау.</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>

<p>Гошпен каркышлы өзгерте отарып, белгі бойынша тоқтап, прөктөлгөн кимылды ойындар.</p> <p>Балалардын ойында кызыгуучулугун дамытууга ыкпал ете отырып, негізгі кимылдарды (жүрү, жүгірү, дақтыру, домалату) жетілдірү.</p> <p>ЖДЖ: Аркага арналган жаттыгулар: отырып алва, артка энкөкө (5-6 рет).</p> <p>Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Кос аяктап алга карай секирү. 2. 3-4 тақшалардан алтап өтү. <p>Адал азамат</p> <p>Біртүтас тарбне</p> <p>Ұлттык ойын: «Асау мөстөкө»</p> <p>Кимылды ойын: «Шарлармен алмасу»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Үш орындык»</p> <p>Корытынды: «Күстар канат каталды» гыныс алу жаттыгуы.</p>		<p>3. №3 «Түлдер» арнайы мөтенәдәй тобы 10.15-10.40</p> <p>4. №2 «Аңгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15</p> <p>Баланы күн тартибине біртүтас үйрөтү.</p> <p>Максаты: Тамактану алдында және лас болган кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда кою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда - сорпа тамақты ішуге үйрөтү (налды сорпамен бірге ішу, тек өз төрөлкөсіндөгі тамақты ішу), ересектің көмөгімен майлықты қолдану, тамактан соң ересектерге ілтипат білдірү.</p> <p>ЖДЖ: Аркага арналган жаттыгулар: стретпинг элементтері бар жаттыгуларды орындау, қолдың көмөгімен етпетінен жатып еңбектеу (3 мөстр).</p> <p>Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнөше доға астынан еңбектеу. 2. Дөпты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Адал азамат</p> <p>Біртүтас тарбне</p> <p>Ұлттык ойын: «Белбеу сок»</p> <p>Кимылды ойын: «Күстар мен мысык»</p> <p>Жай кимылды ойын: «Соқыртеке»</p> <p>Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	
---	--	---	--

Түркістан облысы
Түркістан қаласы

Тәрбиелену - білім беру процесінің психодраммасы

Балалардың жасы: №41 «Мазаркөк» бөбекжай бағдарламасы Ақтобе қаласы
Жоспардың құрылу кезеңі: 22-26 желтоқсан 2025 жыл IV-Апта
Денсаулықтың жетекшісі: Игілікова Үлбану Батпабекқызы

<p>Дүйсенбі 22.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сейсенбі 23.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Сәрсенбі 24.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Бейсенбі 25.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p>Жұма 26.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p>Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Баланың дербестікке ұмтылысын қолдау, әрбір баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қарсықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда - сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), эресектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң эресектерге ігітипат білдіру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Шынықтыру шаралары Мақсаты: Балаларды шынықтыруды ауа, су параларымен, серуен кезінде ультракүлгін сәулелердің әсерлерімен жүзеге асыру, 2-3 минут бойы жылды құмның үстінде жалаң аяқ жүргізу, ауа ванналарын күніне бірнеше рет кину-шешіну кезінде қолдану (ауа ванналарының ұзақтығын 2-3 минуттан, 6-10 минутқа дейін ұзарту). Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басыған жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ұлттық ойын: «Шерпек» Қимылды ойын: «Допты домалат» Жай қимылды ойын: «Доп куу» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.25-9.40</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Шынықтыру шаралары Мақсаты: Балаларды шынықтыруды ауа, су шараларымен, серуен кезінде ультракүлгін сәулелердің әсерлерімен жүзеге асыру, 2-3 минут бойы жылды құмның үстінде жалаң аяқ жүргізу, ауа ванналарын күніне бірнеше рет кину-шешіну кезінде қолдану (ауа ванналарының ұзақтығын 2-3 минуттан, 6-10 минутқа дейін ұзарту). Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басыған жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Негізгі қимылдар Секіру Мақсаты: бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, екі тізенін арасына қашықты қысып алып,</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.55-10.10</p> <p>Негізгі қимылдар Жүру Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шенбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көгерінкі (зағ үстінде) тіреуде тепе-теңдік</p>

<p>2.3-4 таякшалардан аттап оту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Баяншанада» Корытынды ойын: «Ақсу қаздар» Қарады: тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>№8 «Кожек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Баланың дербестікке ұмтылысын қолдау, әрбір баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілгипат бйдіру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таякшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Бақшалда» Корытынды ойын: «Ақсу қаздар» Корытынды: «Құстар қанат қарғалы» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1.Допты қақпа арқылы домалату. 2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Аялғ изимит Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; Лактығу, домалату, қағын алу мақсаты: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізгеле қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ зағтарды жылжыту.</p>	<p>сеқтау. Берілген белгіге көйіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. Аяққа арналған жаттығулар: ұшына аяқтың үшынша көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан енбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Аялғ азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» Корытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
<p>2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Салауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты: Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Дене белсенділігі (танертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және кимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту.Құлап қаптан кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастантан кезде ересектерге жүтінуге баулу ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Екі қолды белге қойып, онта-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Ұлттық ойын: «Ақсерек көксерек» Кимылды ойын: «Соқыр теке» мақсаты Балағаларды жалан аяқ жүруге үйрету. Жай кимылды ойын: «Аншы» мақсаты: Балағаларды жалпақ табандылыққа үйрету.</p>	<p>№8 «Кожек» ортанғы тобы 9.00-9.15 Баланың дербестікке ұмтылысын қолдау, әрбір баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілгипат бйдіру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру. Негізгі кимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таякшалардан аттап өту. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Бақшалда» Корытынды ойын: «Ақсу қаздар» Корытынды: «Құстар қанат қарғалы» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Негізгі кимылдар Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай пайнау, асхана құрағаларын (қасық шанышқы) майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары мақсаты: Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді</p>	<p>1.Допты қақпа арқылы домалату. 2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Аялғ изимит Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Корытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; Лактығу, домалату, қағын алу мақсаты: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізгеле қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ зағтарды жылжыту.</p>

Корытыншы: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демеалу

3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00

Негізгі қимылдар

Жұру мақсаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру;

аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру;

Тепе-теңдікті сақтау

мақсаты: заттардан аттап жүру, шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүру;

ЖДЖ: Қолдын күшін жетілдіруге арналған жаттығулар.

3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру (бір баға екінші бағаны аяғынан ұстайды).

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Тауық күрес»

Қимылды ойын: «Бақшада»

Қимылды ойын: «Ақсу қаздар»

Кортынды: «Құстар қанат қағды» тыныс алу жаттығуы.

сұрғуте үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.

Тұрған калыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарып аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру.

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Атқұма»

Қимылды ойын: «Аншылар мен қояндар» мақсаты: Бағаларды рөлді ойнауға үйрету.

Жай қимылды ойын: «Қарлығаш» мақсаты: Бағаларды ылдыстарды жұтуға үйрету

Корытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демеалу.

4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35

Негізгі қимылдар

Жұру мақсаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру;

Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: заттардан аттап жүру, шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүру;

ЖДЖ: Қолдын күшін жетілдіруге арналған жаттығулар.

3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру (бір баға екінші бағаны аяғынан ұстайды).

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Тауық күрес»

Қимылды ойын: «Бақшада»

Қимылды ойын: «Ақсу қаздар»

Кортынды: «Құстар қанат қағды» тыныс алу жаттығуы.

«Аншы» мақсаты: Бағаларды жалпақ табандылыққа үйрету.

3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40

4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15

Негізгі қимылдар

Жүтіру мақсаты: шашырап, жүшпен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүтіру;

Еңбектеу, өрмелеу мақсаты: жүру мен жүтіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттандалап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу;

ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет);

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Шертпек»

Қимылды ойын: «Допты домалат»

Жай қимылды ойын: «Доп қуу»

Корытынды: «Денені еркін ұста» бағу әуен ырғағымен демеалу.

басу»

Жай қимылды ойын:

«Аншылар мен қояндар»

Корытынды:

«Допты үрлеу»

тыныс алу жаттығуын жасау.

Тәрбиелеу - білім беру процесінің инклюзивтілігі

Білім беру ұйымы: №41 «Нәсірме» Бөбекжай бағалақшасы Ақтобе қаласы
 Балалардың жасы: 3-4 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: 29.30, 31 желтоқсан 2025ж- 2 қаңтар 2026 жыл 1-Апта
 Денсаулықтыру жетекшісі: Иртқыра Улбану Балтабекқызы

<p align="center">Дүйсенбі 29.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сейсенбі 30.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>	<p align="center">Сәрсенбі 31.12.2025ж 8.10-8.30</p> <p align="center">Ертегілік жаттығулар «Күй күмбір»</p>
<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Жүру мақсаты Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүшпен) жүруге үйрету Тене-теңдікті сақтау мақсаты: Тене-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Қимылды ойын: «Бақшалада» Қимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Еңбектеу, өрмелеу мақсаты: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету Лақтыру, домалату қағып алу мақсаты: Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруға дамыту. Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Қимылды ойын: «Кім басу» Жай қимылды ойын: «Аншығдар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бау әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортанғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Негізгі қимылдар Еңбектеу, өрмелеу мақсаты: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету Лақтыру, домалату қағып алу мақсаты: Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруға дамыту. Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Алақан Соқпақ» Қимылды ойын: «Кім басу» Жай қимылды ойын: «Аншығдар мен қояндар» Қорытынды: «Денені еркін ұста» бау әуен ырғағымен демалу.</p>

<p>2. №4 «Жүлдүз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Негізгі кимылдар Жүрү максаты: окшөмөн, аяктын сырткы кырымен, алмайдан, жан-жакка қосалкы қадаммен (олта және солга), сапта бір-бірден жүрү Тепе-теңдікті сақтау максаты: сызыктардын арасымен (арақашықтыгы 15 сантиметр) жүрү, сызыктардын, арканын, тақтайдын, гимнастикалык скамейканын, борененін бойымен жүрү, Жүтүрү максаты: аяктын ұшымен, тізени жоғары көтеріп, алдылап жүтүрү, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүтүрү; ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттығулар. Түрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяктын ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Бақпала» Кимылды ойын: «Аққу қаздар» Қолытынды: «Күстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>2. №9 «Балана» ортаңғы тобы 9.25-9.40 Негізгі кимылдар Жүрү максаты Бірқалыпта, аяктың ұшымен, тізени жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жүшпен) жүруге үйрету Тепе-теңдікті сақтау максаты: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырыммен қосалкы қадаммен көбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Аякқа арналган жаттығулар: тізени қолмен ұстап, басты төмен иіп, кетекпен тізени бүтпін, аякты көтеру; Адал азамат Біртүтас тәрбие Ұлттық ойын: «Тауық күрес» Кимылды ойын: «Бақпала» Кимылды ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды: «Күстар қанат қалды» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>2. №4 «Жүлдүз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Негізгі кимылдар Лактыру, домилату, қатын алу максаты: заттардың арасымен доптарды, күрсауларды бір-біріне домилату; Сапка тұру, сап түзеу, сапка қайта тұру максаты: бір-бірден сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттығулар. Бір аякты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяктын астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Адал азамат Біртүтас тәрбие</p>	<p>2. №4 «Жүлдүз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Негізгі кимылдар Лактыру, домилату, қатын алу максаты: заттардың арасымен доптарды, күрсауларды бір-біріне домилату; Сапка тұру, сап түзеу, сапка қайта тұру максаты: бір-бірден сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттығулар. Отырған қалыпта екі аякты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Ұлттық ойын: «Алқаш Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аншылар мен қолдар» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>
<p>3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00 Негізгі кимылдар Сапка тұру, сап түзеу, сапка қайта тұру максаты: сапка бір, екі, үш</p>	<p>3. №4 «Жүлдүз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05 Негізгі кимылдар Лактыру, домилату, қатын алу максаты: заттардың арасымен доптарды, күрсауларды бір-біріне домилату; Сапка тұру, сап түзеу, сапка қайта тұру максаты: бір-бірден сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттығулар. Бір аякты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяктын астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Адал азамат Біртүтас тәрбие</p>	<p>3. №3 «Дүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40 4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15 Негізгі кимылдар Қолдың күшін жетілдіруге арналган жаттығулар максаты: 3-5 метр қашықтықта екі қолдың жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналган жаттығулар максаты: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етіпетінен жатып еңбектеу (3 метр). ЖДЖ: Аякқа арналган жаттығулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяктын ұшымен</p>	

<p>Катармен тұру. Музыкалық-ырғақтың кимылдар Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Кимылдардың ырғақты музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта алдыдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру. Жаңпы дамытушы жаттығулар мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жакка созу; қолды жоғары көтеру және екі жакка созу. қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бірбіріне беру. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты қуып жет» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Ұлттық ойын: «Алақаш Соқпақ» Кимылды ойын: «Кім басу» Жай кимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. 4. №3 «Үлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35 Негізгі кимылдар Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру мақсаты: сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, Музыкалық-ырғақтық кимылдар Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Кимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта алдыдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру. Жаңпы дамытушы жаттығулар мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жакка созу; қолды жоғары көтеру және екі жакка созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айкастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бірбіріне беру. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты қуып жет» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>ұсақ заттарды жылжыту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Шертпек» Кимылды ойын: «Допты домалат» Жай кимылды ойын: «Доп қуу» Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>
--	---	--